



ŚNIADANIE			OBIAD			KOLACJA		
Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma	Indeks	NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)	Norma
0307	Drożdżówka	1 sz	01126	Koperkowa lekk.got. (ml)		1333	Ogonówka	60 g
1624	Szynka kanapkowa	40 g		Ziemniaki	150 g	3635	Salata lodowa	50 g
018	Bułka 50 g	1 sz		Mąka pszenna	5 g	17025	Herbata,bułka,mr (porcja)	
22223	Masło roślinne	10 g		Koperek	10 g		Herbata	2 g
3628	Pomidory	50 g		Marchew	30 g		Cukier	20 g
3634	Salata ziel.	10 g		Pietruszka	10 g		Bułka 100g	1 sz
17001	Herbata got. (porcja)			Selery	10 g		Masło roślinne	10 g
	Cukier	20 g		Mleko	40 g			
	Herbata	2 g		S ó l	10 g			
01098	Płatki owsiane na mleku got. (porcja)			Jarzynka	2 g			
	Mleko	400 g	06104	Gulasz drobiowy got (porcja)				
	Płatki owsiane	30 g		Kurczak ćwiartka	150 g			
				Mleko 2%	40 g			
				Marchew	20 g			
				Pietruszka	20 g			
				Selery	20 g			
				Margaryna zw.	5 g			
				Mąka pszenna	10 g			
			09141	Ziemniaki got. (g)				
				Ziemniaki	300 g			
				Mleko	15 g			
			09148	Salata ze śmiet. (porcja)				
				Salata ziel.	100 g			
				Śmietana 18%	20 g			
			13220	Kompot z jablek got. (porcja)				
				Jabłka	80 g			
				Cukier	20 g			
Wartość kaloryczna: 1180 [kcal]			Wartość kaloryczna: 899 [kcal]			Wartość kaloryczna: 384 [kcal]		
Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]			Wartość zestawu: _____ [zł]		

Wartość Energetyczna		Tłuszcze	Kwasy Tłuszcz. Nasycone	Węglowodany	Cukry	Białka	Sól	Sód	Błonnik	Cholesterol
[kJ]	[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
10304	2463	55.75	19.48	379.28	122.82	73.28	13.65	1334.05	46.86	287.90

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorzyczka Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Obiad	Mleko Seler Gluten
Kolacja	Gorzyczka Jajka Mleko Seler Soja Gluten